

# 體育成績考核辦法

中華民國 113 年 9 月 25 日體育學科教研會議通過修訂  
中華民國 112 年 2 月 9 日體育學科教研會議通過修訂  
中華民國 111 年 6 月 24 日體育學科教研會議通過修訂  
中華民國 105 年 8 月 26 日體育室教研會議通過修訂  
中華民國 101 年 5 月 22 日體育室教研會議通過修訂  
中華民國 101 年 5 月 15 日體育室教研會議通過修訂  
中華民國 101 年 4 月 17 日體育室教研會議通過修訂  
中華民國 101 年 1 月 10 日體育室教研會議通過制訂

- 第 一 條 成績考核：利用 EXCEL 統計軟體計算下列各項成績評定。
- 一、運動技能佔總分百分之六十。
  - 二、體適能測驗佔總分百分之十。
  - 三、出席、努力、服裝儀容及運動道德佔總分百分之二十，簡易運動計畫報告佔總分百分之五，運動賽事評論報告佔總分百分之五。
  - 四、得依實際教學情形，將上列比例酌予調整。
- 第 二 條 運動技能：授課教師可依教學進度、授課項目測驗評分。測驗項目以兩項為主，再加五千公尺跑走檢測。三項測驗各佔成績百分之二十，共佔總分百分之六十。
- 第 三 條 體適能測驗：立定跳遠、坐姿體前彎、仰臥捲腹、女子 800 公尺或男子 1600 公尺共四項，每項合格者各得成績 2.5 分，佔總分百分之十。合格標準如附件一。
- 第 四 條 出席、努力情形：依據平時上課之學習態度、努力情形、服裝儀容及缺曠記錄，以及平日體育正課、課外運動及運動競賽時學生所表現之態度、行為、精神、紀律等，由授課教師評定之。
- 第 五 條 運動技能、體適能測驗、出席與努力情形等，各項分數相加為本學期體成績，以六十分為及格，不及格者應予重修。
- 第 六 條 患病學生須長期休養，不宜劇烈運動者，如心臟病、行動不便等，取得區域醫院等級以上證明者(如長庚桃園分院、桃園聖保祿醫院等)，可由任課老師推薦參與輔導課程，完成課程者可酌予給分。

第 七 條 運動技能測驗時，因患病、受傷不能參加者，准予在該學期結束前補測，如未痊癒，仍不能參加補測者，可由任課老師推薦參與輔導課程，完成課程者可酌予給分。

第 八 條 五千公尺跑走測驗未達標準者該項成績以零分計，給分標準如附件二。或可由任課老師推薦參與輔導課程六小時以上，完成課程者比照 60 分鐘完成之標準。

第 九 條 體適能測驗未達標準者該項成績以零分計，或可由任課老師推薦輔導課程，每項測驗參與兩小時以上輔導，完成課程者可酌予給分。

第 十 條 弱勢學生：因先天或後天等身體相關疾病因素而未能參加測試者，也須由任課之體育教師協助參加相關課後輔導課程後得以加分，然為考量公平正義原則，由任課之體育教師參酌該生之上課參與度與運動精神，建議以 80 分為基準點酌予給分。

第 十一 條 本辦法經體育學科教研會議通過後實施。修訂時亦同。

#### 附件一：體適能檢測標準---每學年依教育部體適能網站公告調整

長庚科技大學體適能檢測合格標準

性別 項目	女生	男生
坐姿體前彎	25(含)公分以上	18(含)公分以上
立定跳遠	130(含)公分以上	185(含)公分以上
仰臥捲腹	14(含)次以上	22(含)次以上
800/1600 公尺跑走	317(含)秒以下	598(含)秒以下

(一) 以上數值依教育部訂定，體育室每學年修訂一次。(體育室最新網路查詢修訂日期：113.09.11)

(二) 18 歲體適能檢測百分等級常模25之數值為合格標準。

(三) 參考網址：<http://www.fitness.org.tw/model04.php>

附件二：五千公尺跑走(20%)給分標準---速度佔 10%，完成佔 10%。

1. 速度：10%

長庚科技大學五千公尺跑走給分標準

性別 完成時間	女生	性別 完成時間	男生
35 分鐘以內	100	30 分鐘以內	100
35-37 分鐘	90	30-32 分鐘	90
37-39 分鐘	80	32-34 分鐘	80
39-40 分鐘	70	34-35 分鐘	70
40-50 分鐘	60	35-45 分鐘	60
50-60 分鐘	50	45-55 分鐘	50
60 分鐘以上	0	55 分鐘以上	0

\*備註: BMI > 25 以上者，每增加 0.1 其成績評分標準為原訂標準時間加上 6 秒

2. 完成：10%

女生 60 分鐘內、男生 55 分鐘內完成五千公尺跑走者，即得滿分。